

令和7年度東京都自立支援協議会セミナー
当事者が望む地域生活を支える相談支援とは何かを考える

【パネルディスカッション】

＜パネリスト＞

高橋 薫 氏（障害当事者）豊島区障害者地域支援協議会委員
藤井 亘 氏（支援者）特定非営利活動法人クローバー 理事長
富士根 氏（仮名）（障害当事者）
中村 美幸 氏（支援者）中野区南部すこやか障害者相談支援事業所

＜コメンテーター＞

福岡 寿 氏
特定非営利活動法人 日本相談支援専門員協会 名誉顧問

＜コーディネーター＞

石渡 和実 氏
東京都自立支援協議会会長、東洋英和女学院大学名誉教授

（石渡会長） それでは、定刻になりますので、第2部を始めさせていただきます。
進行を務めます自立支援協議会の会長を仰せつかっている石渡と申します。どうぞよろしく
お願いいたします。

（拍手）

（石渡会長） 今日、久しぶりに福岡節を聞いたんですけれども、私はついて行き切れない
ところがあったのですが、この後、録画配信や文字起こしもありますので、じっくりまたそ
れをご覧になっていただくと、福岡さんの思いというのが伝わってくるかなというふうに思
います。

福岡さんは、もう30年ぐらい前から、それこそ当事者を真ん中にして、今、意思決定支
援というような言葉が広がっていますけれども、まさにそれを実践してきた方だというふう
に思います。

今回のテーマは都の自立支援協議会の活動方針でもある「当事者が望む地域生活を支える
相談支援とは何か」ですけれども、先駆的な実践というのが、長野でも行われてますし、東
京でもたくさん行われています。そういうところからまた学び直して、それぞれの地域の相
談支援というのを考えていただけたらと思います。

それでは、本日までご登壇いただくパネリスト、コメンテーターの皆様を改めて紹介させてい
ただきます。

まず、ステージの、皆さんから見て左端から2番目にいらっしゃるのが、豊島区の障害者
地域自立支援協議会の委員であり、当事者としても活躍をされている高橋薫さんです。

（拍手）

（石渡会長） 高橋さん、よろしく申し上げます。

高橋さんは、音楽やお菓子づくりが大好きだそうで、先ほどマリンバの演奏が流れていた
と思うんですけれど、これは高橋さんが演奏されている「浜辺の歌」でしたっけ。

お菓子もレモンケーキなどを作るのがとても大好きだということですので、私も後でごち
そうさせていただける約束をしましたので、よろしく申し上げます。

そのお隣にいらっしゃるのが、高橋さんの支援者であり、特定非営利活動法人クローバー
の理事長をしていらっしゃる藤井亘さんです。

(拍手)

(石渡会長) 東京都の協議会ではおなじみかと思いますが、またよろしく願いいたします。

藤井さんと高橋さんの出会いは、日曜教室のつばさというふうにお聞きしています。

そして、皆さんから見て一番右端にいらっしゃるのが、富士根さんです。

富士根さんは、長い間、一人暮らし、そして地域で自立生活を実現されている方ですが、いろいろな相談などもうまく活用しながら、ご自分の生活をつくり上げていらしたのかなと思います。

そのお隣にいらっしゃるのが、富士根さんの今の支援者である中野区南部すこやか障害者相談支援事業所の中村美幸さんです。よろしく願いいたします。

(拍手)

(石渡会長) そして、コメンテーターは、先ほど基調講演をやってくださった福岡寿さんです。よろしく願いします。

(拍手)

(石渡会長) では早速、高橋さん、藤井さんのお話をお聞きしたいと思いますので、どうぞよろしく願いいたします。

(藤井氏) 皆さん、こんにちは。先ほどご紹介いただきましたクローバーの藤井といいます。

この時間は、高橋薫さんを中心に、私の大切にしている日常と相談支援専門員との関わりというところのお話をさせていただきたいと思っております。

冒頭にお話をしておく必要があるかと思っておりますので、お話しすると、今日、相談支援専門員との関わりというお話なんですけれども、私は高橋薫さんの相談支援専門員ではないんですね。

薫さんとは、これまでのお付き合いはありますけれども、この今の東京都の自立支援協議会の前の期に、一緒に都の協議会に委員として参加させていただいて、そのことも含めて関わってきておりますので、今日も支援者として一緒に横でお話をさせていただくというふうになっております。よろしく願いいたします。

では、薫さんにマイクをバトンタッチしていきたいと思っております。では、お願いいたします。

(高橋氏) 私の大切にしている日常と相談支援専門員との関わり。

初めに。私は高橋薫です。支援者、藤井亘です。

私の好きなこと。文房具を集めること、マリンバを弾くこと、音楽を楽しむことです。

文房具では、フリクションスタンプやメモ帳とシールを集めています。

マリンバを弾くことは、一番好きな曲、オペラ座の怪人とジブリの曲です。

音楽を楽しむこと、マリンバやキーボードを弾くこと、ダンスを踊ること、動画で楽器の演奏を見ることです。

まず、カントリーロードからハッピーフレンドのバンドを見てください。お願いいたします。

(動画視聴)

(高橋氏) 私の得意なことは、レモンケーキを作ることとおにぎりを作ることです。おにぎりの具の中には、梅と鮭とふき味噌とつくだ煮を入れています。

私が取り組んでいることは、先生の指導をボイスメモで録っておいて、これを聞いて練習をしています。アプリはボイスメモというのを使っています。練習の課題や伴奏を録ってもらっています。

私の仕事。好きな仕事はシール貼り、封入、ひも数えです。

今年は理事会役員で書記をやっています。日直は1週間に1回、配膳は時々やっています。昔の作業の動画です。

(動画視聴)

(高橋氏) 私の目標。音楽を頑張ること、毎日仕事を頑張ること、地域のグループホームで暮らすことです。

私の気持ちは、地域には女の子のグループホームが少なく、お友達が引っ越しして遠くに行ってしまうことが悲しいです。地域にたくさんグループホームができて、そこから今の作業所に通えるようにしたいです。ずっと好きなことを続けて、楽しく暮らしたいです。

目標をかなえるために、相談支援員さんがお話を聞いてくれます。グループホームに空いているところがあると教えてくれました。見学に行って、私の希望を伝えました。「音楽は練習できますか」「お家には帰れますか」などを聞きました。

去年の12月に目標がかないました。地域のグループホームで暮らすことです。

私はグループホームに入っても好きな音楽を続けて、好きな作業所に通っています。グループホームはお食事もおいしい、マリンバの演奏を聞きに来てくれたり、お話ししたり、誕生会やクリスマス会などのイベントがあって、とても楽しいです。

これからのことも一緒に相談支援員さんは時々作業所に来て、私に「どう、頑張っている？」と声をかけてくれます。私が「頑張っているよ」と答えると「すばらしい」と言ってくれます。

私のこれからの目標は、お金のこと、生活のこと、これからのことを相談支援員や家族と一緒に考えていきます。

終わりです。

(拍手)

(藤井氏) ありがとうございます。もうすばらしいと、本当にすばらしいなと思いました。

自立支援協議会の委員をされている間に、この発表を、先ほどの途中のところまで、私の夢というか、目標というところまでお話をして、これも皆さんの前でお話をしたんですけれども、その後、グループホームにご入居されて、そこに暮らしを移られて、ますます成長されてるなというふうに感じながら、今も話を聞かせていただきました。

ここから先なのですが、少し薫さんを担当していらっしゃる相談支援専門員の方とお話をさせていただく機会がございましたので、そのところのお話も少し含めてお話をさせていただきたいと思います、私のほうからですね。

高橋さんは、以前からずっと活動を続けてこられていた音楽を続けたいという、そしてその音楽を続けながらグループホームとか地域の中で暮らしたいという希望を持っていらっしゃるということでした。そして、相談支援専門員さんは、その気持ちをふだんの聞き取りの中で丁寧に聞き取ってくださっていたというふうにお話をしてくださっています。

なかなか音楽ができるって、認めてもらえない場所なんかもすごくあるんだろうなと思いつつながら、きっと相談支援専門員さんがその辺は確認してくださったんだろうなというところが推測できるかなと思います。

グループホームに空きが出たタイミングで、すぐにご家族に情報をお伝えしていただいたということと、それから体験を大体グループホームはしてから本入居になっていくんですけども、どんな生活だったら無理なく生活が続けていけるかというところを事前に細かくご調整して下さったというふう聞いております。

その後、入居されてからも生活が慣れて安定していくということが大事ですので、なるべく安定していけるように、ご家族とかグループホームとか、それからふだん通っている作業所とかとの連携をきちんと取らせていただいているというお話をしてくださっています。

高橋さん自身は、今日は本当にすばらしく、ご発表いただきましたが、頑張り屋さんな一方で、プレッシャーを感じると少し固まってしまうなんていうところもあったりするという

ふうに、私もそういうシーンを見ていますけれども。

今は先ほどご本人もお話されていましたが、自治会の書記とか、行事とか、会議とか、そういう会議の記録を書いているんですね。そういう緊張する予定の前後は、その気持ちを丁寧に聞き取ってあげていますというようなことはお話ししていました。どう乗り越えるかというところが一緒に考えられているというふうに拝察できました。

それから週末の帰宅とか、お休みの休み方についても、負担が大きくならないように調整をされているというようなことだったですね。

それから相談の仕方のところですけども、モニタリングですね。先ほど福岡さんからも話がありましたが、モニタリングで振り返るところがあると思うのですが、モニタリングの日を高橋さん自身が楽しみにしてくださっているということだったようです。今日はこれを話したいというのを事前に準備して、そこにいらしていただくというようなことがあるというふうにおっしゃっていました。

でももちろん、その話したい気持ちを大切にしながら、記録にもきちんと丁寧に高橋さんがお話されたことは、高橋さんの人生の中の大事なシーンだということで、きちんと書き取っていただいて記録に残していますというふうにおっしゃっていました。

そして、そういう記録も含めてですけども、未来の選択につながるように好きなこととか、得意なこと、それから困ったことというのを一緒に整理するというのをやらせていただいていますというふうにおっしゃっていました。高橋さん自身が安心して選べるようにそばで支えるというようなところで、まさに相談支援のよさが表れているなというふうに感じながら、お話を聞かせていただきました。

それからグループホームでの暮らしですけど、高橋さんのグループホームでは、高橋さんに分かるように情報をきちんと提示してくださっているということで、この写真は私のところにメールで高橋さんから「私の予定、見て」というふうに送ってきてくださったやつをここに映させていただきましたけれども。

何かみんなで決める約束事とかもあるみたいですけども、みんなで決めてお洗濯する日が決まったんですね。そういうのも紙に書いてくださったりとか、1日のスケジュールをイラストを入れながら分かるように書いてくださっているということのようです。

スライドはここまでなんですけれども、高橋さんのこれまでの関わりの中で、私、彼女の相談支援という立ち位置ではないんですけども、やはり同じようにご自分の中で整理して人に伝えるというのがなかなか難しかったりとか、イメージを持つということが難しい方々の相談ってすごくそういうところに力を注ぐんだなということも含めて、今、相談支援専門員さんがたくさん関わってくださっているんだろうなと思いました。

先ほど高橋さんからもお話がありましたように、ふだん声をかけてくれるというふうに言っていましたので、そんな関係が築けているんだなというふうに思いながらお話を伺いました。

ということで、薫さん、何か最後に、皆さんに何かお話ししたいことはありますか。

(高橋氏) 私が頑張っていることは、乾燥機を使わずに暖房で干すのを頑張ることです。洗濯干しに干して、暖房で朝までに乾くので、暖房をつけて、朝まで乾かして頑張っています。

(藤井氏) ということです。何かメリットがあるんですね、何かね。何ですか。

(高橋氏) 乾燥機は使わないで、お部屋で暖房をつけて部屋で干して、朝までに乾くので喉にもよいので、朝の7時に洗濯をたたんでしまってから、20分にご飯という順番にやっています。

ありがとうございました。

(拍手)

(石渡会長) 高橋さん、藤井さん、ありがとうございました。

高橋さんが、音楽もお料理も好きで、趣味や暮らしで大事にしたいこと、それからお仕事をしているのも本当に丁寧で一生懸命やっていたらっしゃって。

そういう高橋さんの生き方というようなものがしっかりあるところを相談支援専門員の方がきっちり日々の暮らしを見つめながら、高橋さんの想いの変化も押さえながら支援をしていらっしゃって、一緒に暮らしをつくっているということがとてもよく伝わってきました。ありがとうございました。

では、もう一度、皆さん、盛大な拍手を。ありがとうございます。

(拍手)

(石渡会長) それでは、生活ぶりは高橋さんとは少し違うと思うんですけども、富士根さんとその支援を担当していらっしゃる中村さんからお話を聞かせていただきます。

では、まず中村さん、お願いいたします。

(中村氏) ありがとうございます。

中野区にあります南部すこやか障害者相談支援事業所の中村と申します。

まず、自分の自己紹介ですけども、相談支援専門員としては7年ほどですが、13年ぐらいこの相談支援業務には携わらせていただいております。その中で、今日は富士根さんにご協力をいただいて、その想いを教えていただくことで、相談支援を振り返りたいなと思っています。よろしくお祈りします。

じゃあ、富士根さん、すみません。自己紹介をお願いしてもよろしいですか。

(富士根氏) こんにちは。東北出身の富士根と申します。

私は、一応高校まで地元におりまして、卒業と同時に就職のために上京しました。

今の病気の自覚症状が出始めたのが20歳頃だったんですが、自分の中では自覚症状だという意識がなく、日々過ごしておりました。

29歳のときに健康診断の結果を基に検査をしたほうがいいということで検査入院をして、今の病気が確定しました。でも、その後も足の状態はそんなに悪くなかったので、定年退職の60歳まで事務職とか飲食店とかにいて仕事をしておりました。

退職後、ヘルパーさんのお手をお借りしながら、自分でできない部分を支援していただいて、今もこうやって一人で生活しております。ただ、このままできる限り施設とか入らずに、一人で生活をしたいと思っております。

その訳は、施設とか入居に伴い、いろんな制約があるために、自分の中で一番やりたいタバコを吸う、お酒を飲む、そういうことが規制されるのが嫌で、ずっとできれば一人で暮らしていきたいと思っております。

以上です。

(中村氏) ありがとうございます。

そうしましたら、富士根さん、これまでの流れと相談員との関わりとか、そんなところを少し振り返りながら、こんなときはどう思ったかなというのを教えていただいてもよろしいですか。

(富士根氏) はい。かしこまりました。

(中村氏) じゃあまずは、先ほど東北でというお話がありましたけど、この赤い線はお気持ちのところをお話伺いながら、気持ちの波を書かせていただきましたけど、この上京する辺りはどんな想いで東京にいらしたんですか。

(富士根氏) 一番夢があって、一番楽しい時期でしたね。最初の就職は、自分のやりたい仕事ではなかったんですけど、やりたいことがあったので、その目標に向かって一生懸命頑張っていたという感じです。

(中村氏) その後、先ほどご自身でもお話しくださいましたけれども、ここのところでは

よね、ご病気が確定した辺りとか、少し症状が出始めた辺りとか、この辺りのところのお話しをできる範囲で、お気持ちですとか、あと、さっき支えられた人のところに職場の方というの書かれていたので、その辺り少し教えていただいてもよろしいですか。

(富士根氏) 確定診断をされた当日は、何も考えられずに、ただただ泣いてばかりいました。ごめんなさい。今、その気持ちが出てきちゃって。

そんな中、両親は地元のほうから、確定診断の先生からの説明に来ることができなくて、そのときに飲食店で仕事をしていたんですけれども、職場の上司が代わりに聞いてくださって、その後の仕事に対してもいろいろ配慮してくださいました。

その中でももう一人、「数字が富士根さんは強いんだから、簿記の勉強してみたら」ということで勧められて、でも最初の頃は「できないよ、そんなの。独学なんて無理だよ」「私が教えるから大丈夫」と言われて、それでその人に自宅のほうに来てもらいながら、独学で一応簿記の2級を取得しました。

それがきっかけで、経理事務とかそういう仕事に変わり、今、定年退職までその仕事を続けることができたので、すごい感謝しています。

(中村氏) すみません、当時のところを語っていただいて、ありがとうございます。

そんな想いで、お仕事を続けて、その途中ですよ。退職までの途中でちょうどサービスを使うようになられたんですけれども、多分この47歳のところであったり、52歳の辺りというのは、まだ相談支援専門員もいなかったり、まだスタートしたての頃だったと思うんですけど、その頃、少し今とは違ったと思うのですが、使い始めの頃どんなだったかとか、何かエピソードを教えてもらってもよろしいですか。

(富士根氏) こういう支援があるというのは、病院の主治医が教えてくださって、病院の方に説明をしていただいて、区のほうに問合せをして、ヘルパーさんを利用することができるよというふうに言われました。

ただ、いざ申し込んだところ、1枚のぺら紙に対応してくれる事業所の一覧を渡されて、「はい、自分で探してください。自分の都合のいいところを探してください」と言われて、もう絶望的になったんですけれども、私、誰にどうやって説明して、こういう支援を受けたらいいのか全く分からなくて、手当たり次第電話したことだけは覚えてます。

(中村氏) 最初の相談支援事業所というところは、ご自身で選んだんですか。

(富士根氏) そうですね。当時、事業所の一覧があって、自宅で一番近くて、何かあったときにすぐに来てくれるかなという、そういう対応はしていないんですけど、来てくれるものだと思って、自宅の一番近い事業所をお願いしました。

(中村氏) あれですよ、計画立ててくれる人たちは、たしか管轄で「富士根さん、ここですよ」と言われて、振られているところだったんですけど。この計画を立てた中部さん？

(富士根氏) その当時、突然区のほうから、富士根さんの担当は中部のすこやかセンターというところに変わりますという案内が来て、そのときはただ単に区だけで仕事をやるのが大変だから、その障害に対するあれは分かれたのかなと。

だから、区役所と同じような作業をする事業者だと思ったので。

(中村氏) じゃあ、この計画相談支援を使っているという認識があまりないまま、そのまま始まった感じだったんですね。

(富士根氏) そうですね、区役所に手続きに行って、タクシー券をもらったりとか、そういう都の無料乗車券をもらったり、それが区役所だけでは賄い切れないから、ここのすこやかセンターのほうに行つてと言われたんだと思って。だから、行つていたのは本当に手続きだけでした。

(中村氏) この相談支援事業所②が、今の南部のことなんですけど、ここもあれですよ、

新しく南部にもできたから、あなた、今度そちらですよみたいな形だったんですよ。

(富士根氏) そうですね。中部に行ってた頃は、まだ南部のほうにできてなくて。いずれは南部のほうにもできるからとは言われたんですけど、突然それも、来月から南部になりますと言われて、ああ、そうみたいな感じで。

(中村氏) もう少し説明してくれたりとか、何かあるとよかったですかね。

(富士根氏) そうですね。どこまで何をしてくれるのか全く分からなくて、ただ単に区役所がいっぱいいっぱいだから、ただ障害に関して分かれたのかなという感じでした。

(中村氏) そんな中、うちで別の職員が対応していて、退職ということもあって、61歳のときに私が担当になったんですけど、その頃は担当が代わって何か思ったこととか、その後のエピソードで何かありますか。

(富士根氏) そうですね、それまで結構1年とか2年ですぐ担当の人が代わっていたので、これはしんどいわと思って。

お願いだからもう少し長く、ずっと同じ人に担当してほしいなとは思っていたんですけど、今回、中村さんと4年くらいになったので、結構気が楽になったって言い方はおかしいかもしれないですけど、少しは話しやすくなったかなって感じです。

(中村氏) 少し訪問の回数が私になって多かったみたいですけど、それは本当はどうでしたか。

(富士根氏) 本当は？ああ、うざいとか思っていました、ずっと。

だから、できるだけ「この日、予定入っています」「この日も駄目です」とか言って、延ばし延ばししていたんですけど、でもさすがそればかりで逃げてられないので、しょうがない、この日は空いてるからいいか、みたいな諦めの境地みたいなので、「じゃあ、この日、お願いします」とにこやかに言っていたんですけど、内心は、ああ、面倒くさいなとずっと思っていました。すみません。

(中村氏) いえいえ、ありがとうございます。

面倒ながらも、私はむしろ、それはそうとは思わずですが、仲よくなりたいたいなと思って、機会をたくさんもらっていたという感じでしたが。

そんな中で、ポイントになる、63歳のときに、おトイレのところですよ。お身体の方が変わって、トイレにご自身で行かれてたのが、途中で上手に行けなくなったりだとか、そんなことが始まるようになって。

多分、私と障害福祉課のケースワーカーとで一緒にサービスの利用をしませんかというようなお話をしに行った辺りのこと、何回か話していますけど、その辺りのことは、どんなふうに思われましたか。

(富士根氏) 時間はかかるけれど、何とか自分でやれていたんで、そこまで、私、重症なのかしらとか思いながら、でもやれるから、意地を張ってやらないみたいな気持ちではいました。

(中村氏) 私がこの話、今日に当たって、話題にしたときに、大げさかもしれないけど、尊厳がなくなる感じがしたって、私には言うてくださった。とてもそこは、私は響いていて、大事なことを聞かせてもらえたなと思っているんですけど。

例えばですが、このときにもう少しこういう関わりしてもらえていたらとか、あとこれはチャレンジしておけばよかったとか、そんなことを今振り返って思うことがあったら教えてもらっていいですか。

(富士根氏) 一応住宅の改造みたいなことを、一度お風呂場とかトイレに手すりをつけてもらったり、床を上げてもらったりしたんですけど、それでは事足りなくて、もう一度相談したんですけど、その際はもう却下されて。

そのときに、まだお風呂場とトイレとあと居間の間の段差が5センチぐらい、10センチ

ぐらいあって、後で考えたんですけど、ここの段差なくなったら、私トイレ行けるじゃんと思って、やればよかったなとすごい後悔しています、今も。

(中村氏) そうですね。あのとき公費でやるかどうかという検討まではしたけれど、自費でも少しやって、それで試してみてからサービスを増やすでもよかったのになという思いですよ。

その後、少し落ち込んでいくところの、褥瘡ができて、なかなか治らない状態にもなっていくという経過がある中で、入院するかどうかとか、その辺りの話が出たときの気持ちを伺ってもいいですか。

(富士根氏) その頃の身体の動きというのが悪かったので、入院となると病院の先生が2か月か3か月というお話をされて、その間、ずっとベッドにいるとほとんど動かなくなって、看護師さんの手伝いを受けながら生活していくとなると、今度退院したときに、果たして自分はどこまでできるのかなという不安があって、多分絶対何もできなくなる。だから入院は絶対やっちゃいけないことだという何かあって、すごい悩みましたね。

でも、実家にいる義理の姉に、取りあえず治しなさい、治せるんだったら治して、退院した後のことはそのときに考えればいいじゃんと背中を押してもらったので、取りあえず入院はして治すことに専念しようと思いました。

(中村氏) そうでしたよね。無事入院はして、ただ結果的には思ったより短い期間で済んで。ただ、在宅に戻る環境が整わなかったのもともとの主治医のいる病院に転院をして、退院に向けていろいろみんな話していったときのことについても、気持ちを聞かせてもらってもよろしいですか。

(富士根氏) そのときは、訪問医師の先生と、その病院のリハビリのPTさん、看護師さん、あと中村さんにケースワーカーさんと病院の担当の先生に囲まれて、今後どうしますか、もう当然のように、ベッドで生活でポータブルトイレを使うような生活が一番いいよって、みんなから責められて。

最初の頃、絶対ベッドはやだ、ベッドに乗ったらほとんど動けなくなるので、それは断固として拒否しようと思ってたんですけど、もう五、六人から「絶対そっちが楽なんだからやりなさい」とか言われて、しょうがないか、退院するためにはそれしかないかな、なんて諦めて。

結局ベッドとポータブルトイレでやろうということは、それで決めましたが、退院後、もう少し余裕があればよかったかなと思います。

(中村氏) このとき、もう少し何かこういうことできたんじゃないかなって、話していたときに、一旦退院してすぐに入れるんじゃないかと、もうワンクッションあったら、やってみるという時間があったらと、たしかお話ししてくれていた気がするんですけど、今もそう思いますか。

(富士根氏) そうですね、入院中ずっとベッドにいたので、当然、身体が言うことを聞かなくなるというのは分かっていたので、退院後、少しリハビリみたいな形で期間を空けて自分で動ける範囲で動く、そういうことはやってみたかったかなと思います。

(中村氏) それでもやっぱりということで、またベッドとか、その話があるならよかったけど、そこがなく、すぐ退院のときというの。もう一回試して、そのほうが納得して入れられたんじゃないかって。

(富士根氏) そうですね、自分の気持ちも踏ん切りがつかないし、ただ少し動いただけで、あれ、やっぱり動けないかなんて思っているより、自分の中でこうなんだからって納得できればよかったかなと思いますね。

(中村氏) ありがとうございます。

ここまでいろいろな流れで、お話聞かせてもらったんですけども、すみません、少しお

時間が過ぎてしまっているのですが、最後に相談支援専門員に向けて、どうあってほしいかとか、どんな相談支援専門員になってほしいなという思いがあったら、聞かせていただいてもいいですか。

(富士根氏) やっぱ一番はモニタリングの期間とか時間とか、そういうのがもう少し改善されたりしてほしいなというのがありますし、あとは、何ていったらいいのかな、みんな優しくて親切なので、相談しやすいことは相談しやすいけど、相談したいというまでに、自分の中の葛藤がなぜかいつも残るんですよね。それを払拭できるような関係になりたいなと思います。

(中村氏) モニタリングの期間とか時間の長さというのは、もっとどっちに。

(富士根氏) できれば、モニタリングの期間は少しは空いてほしいし、時間は短めにしてほしいかな。

(中村氏) もっと期間をあけて、頻度少なくね。

(富士根氏) 結局、自分一人でいる生活が大好きなので、ヘルパーさんも今は四六時中入ってるんですけど、唯一午前中だけは絶対入れないで、その間、自分の好きなような生活をする時間がどうしても欲しくて、そこは絶対入れないでとお願いはしています。

(中村氏) そうですね。じゃあモニタリングをもっと頻度を空けて、1回当たりも短く、そして、でも相談したいなと思うときに躊躇せずに。

(富士根氏) でも今はね、中村さんになってから大分なくなりましたよ。最初の頃は人が代わるので、せっかく相談しようと思ってたのに代わっちゃった、またその人、どんな人なんだろうって様子を見たりしてたので。

それが中村さんが長くやってくださってるので、たまに用事があって事業所に電話すると、違う人が出るじゃないですか。その電話口で、中村さんが外出していて、代わりに承りますと言われても、私、この人は駄目だって。

そういうのを結構敏感に取るので、「いえ、結構です」とか言いながら。でも、今はメールとかが使えるようになったので、すごい楽になりましたね。

(中村氏) ありがとうございます。

率直に聞かせてもらって、とてもありがたい時間でした。

以上になります。ありがとうございます。

(拍手)

(石渡会長) 富士根さん、中村さん、どうもありがとうございました。

お二人がいい関係性をお持ちだなというのがよく伝わってきました。高橋さんと違うところは、富士根さんは身体症状がいろいろ変わっていくというところかなと思うんですけども、住宅の改修とか、入院するときに背中を押してくれたりというところで、相談員の方がとても大きな役割を果たしている。

でも、高橋さんにしても、富士根さんにしても、ご自分がこう生きたいというのをしっかり持っていらっしゃって、そここのところに相談員の方がすごくうまく寄り添ってくださっているということをお二組のお話を聞いてとても実感させられました。

それでは、これからまたパネルディスカッションということで、それぞれの方にお話をお聞きしたいと思うんですけども。

今、高橋さんも富士根さんもご自分の暮らしをしっかりと作っていらっしゃるなと思うんですけど、まず地域で暮らす、今、高橋さんもグループホームで暮らしていらっしゃるし、富士根さんも施設には絶対入らずに、ご自分の生き方というのを貫いてくださってるなと思うんですけども、今の暮らしの中でうれしかったことと言ったら、どんなことですか。

まず、高橋さん。それで、そのことを藤井さんがどんなふうに受け止めていらっしゃるかというところもお聞きしたいと思います。

(高橋氏) うれしかったことは、音楽ができて、マリンバとかキーボードを気持ちよく弾くのが楽しいです。あと、お友達も聞かせてと言ってくれて、遊びに来てくれて、いい曲だねと言うところがうれしいことです。

(石渡会長) 高橋さん、ありがとうございました。

藤井さんは。

(藤井氏) 今のお話は、同じところで生活されている方のお話ですか？だそうです。いいですね。グループホームの中で音楽がある生活って想像したら、私はすごく何か豊かだな思いながら話を聞いてました。

ここは余談なんですけれども、グループホームが地域にあまりないんですよ。本当に暮らすところが足りない状況なので、ここに空きがあるとなったら、もういろんな人たちが問合せに入るんですよ。

ですけれども、その中をかいくぐって生活に結びつかれたというのは、本当にそれで、かつ音楽ができていてという話とか。グループホームに入って暮らしているよという話を私が聞いた後に、高橋さんは、「コーヒー飲みに来てね」と言ってくれたんです。「私、コーヒー入れてあげる」と言ってくださって。

残念ながら行かれていないんですけど。そういうふうに分の招きたい人を自分の部屋に呼べるというところで暮らしているんだなというのを聞きながら、すごいいいところと、もちろんご家族も含めてですけれども、いろんな人たちに囲まれながらこれを決めていったんだなというふうにして、うれしくなっております。

以上です。

(石渡会長) ありがとうございます。

先ほどの富士根さんも、とてもいい方に囲まれてという話をされてましたけれども、そういうふうに分の方が動いてくれる、高橋さんの場合も、そこには高橋さん、富士根さんの生き方を、皆さんに大事にしたいと思わせる、そんな暮らしが高橋さんにもあるのかなと思いました。

音楽とかお料理とか、高橋さんの好きなことをこれからも貫いてほしいなと改めて思いました。

富士根さんは今、暮らしの中で、うれしいことや大事にしたいことというのはありますか。お酒の話なんかも少し打合せのときに出ていたのですが、お願いします。

(富士根氏) やはり地域の皆さんが優しいんですね。車椅子を利用し始めて20年弱になるんですけれども、そのときはまだアパートの周りとか段差があったり、車椅子を部屋の前に置くということができなくて。でも、仕事に行くには車椅子を使わなきゃいけないという状況のときに、誰かしらが、毎朝毎晩、車椅子を自宅の近くまで、部屋の近くまで運んでくれて。

そういう方々がいてすごい助かったので、皆さん優しいし、いいなと思ったんですけど。多分、私より年配の方が多かったんで、最近お会いしてないのが少し残念ですね。でも、これからはそうやって地域の皆さんに助けられながら、生活できていけばいいかなと思っています。

以上です。

(石渡会長) 特にやりたいこととか、何かこれを大事にしたいというものはありますか。

(富士根氏) やりたいこと。昔から劇団四季が好きで、昔は週1で見に行っていたんですよ。安い席だったんですけど。そんな生活をしていて、そういう好きな人が集まるので、喫煙所とかでも集まるので、そうやって仲間ができて、オフ会みたいなことをしたりしていたので、できれば、またそういうのをやりたいなと思っています。

今、SNSとかをのぞいて、そういうのを書いている人たちのところを訪れていたりして、

それを読んで楽しんでいる状態なんですけど、いつかはそこに参加したいなと思っています。

できれば遠征もしたいので、今、福岡でオペラ座の怪人をやっているの、福岡まで遠征して見に行きたいな。でも、旅費二人分かるとか、チケット代二人分かるとか。これはお金ためなきゃとか思いながら、今、生活しています。

(石渡会長) ありがとうございます。

そういう富士根さんの想いを受け止める立場で、中村さん、何か補足はございますか。

(中村氏) 私が出会わせていただいているのは、富士根さんの人生の中のほんの短い期間なので、でも、それでもご自身が大事にしていること、自分の価値観だったりとか、どうしたいかということをごくしっかり持っていらして。

自分の人生のかじは絶対にほかの人には渡さずに生きておられるというところが、この短い関わりの中でもとてもよく分かるなと思っています、そこがすてきななと思います。

(石渡会長) ありがとうございます。

短い時間ですけども、高橋さんのお話も、富士根さんのお話も、ご自分の生き方の核のようなものが伝わってくるし、それをしっかり藤井さんも中村さんも受け止めてくださっているなど。

それから、さっき富士根さんが、いい人に囲まれてというふうにおっしゃったんですけど、そういうふうに関わりを変えているというようなことも、高橋さんにしても、富士根さんにしても、すごく大きな役割を果たして下さっているなというようなことを感じます。ありがとうございます。

今、高橋さんはグループホームの暮らしがしたいということで、それを実現していると思うんですけど、これからの希望とか夢とか、ぜひこんなというのがあれば、教えていただけますか。富士根さんもお願いします。

(高橋氏) 私のこれからの夢は、グループホームで一人暮らしを目指すために、毎日いつも通っている作業所に行って。

好きなことは作業所で、金曜日に活動している金活といってバンドをやったり、あとレクとか、あとカラオケとか、それも自分で予定を書いたりするのは、私の好きなことです。

以上です。

(石渡会長) 高橋さん、ありがとうございました。

そういう高橋さんのこれからの、藤井さんは応援するお立場で、何かお考えがあれば、ぜひ。

(藤井氏) 私は、相談支援専門員として関わっていないんですけども、同じ地域の中で暮らすということもそうですし、そこからさらにもう一歩先を、目指されているんだなというのを感じました。

なので、恐らく相談支援としては、そこにきちんと伴走していくというか、横に寄り添っていただいて、その生活を、例えば新しいこともしかしたら不安になるかもしれないので、その不安の感じも聞き取りながら、どんなところが今、不安なのとか。

一人で暮らすというところに向かっていくとすれば、それは今すぐ行くのか、それとももう少し練習を積み重ねてやるのかとかということも、きっと相談しながら進めていくんだろうなと思いつつ、今、高橋さんの夢、そうなんだなと思って聞かせていただいていたところなんです。

以上です。

(石渡会長) ありがとうございます。

今の生活から、さらに次の目標をしっかりと見据えていらっしゃるという、高橋さんの生き方は、本当にすばらしいなと思いますし、しっかり高橋さんの想いを受け止めてというところで、藤井さんや地域の人も含めて、いろんな方たちが、その地域で、チームで、というよ

うなところもとても感じます。ありがとうございます。

富士根さんは先ほど、劇団四季に観劇というんですか、劇場まで行くみたいなのところも含めて、みんなの知恵を集めれば何かできるのかなと思ったりしたのですが。

これから富士根さんが暮らしの中で、特に思うこととか、そんなに明確なことでもなくてもいいんですけど、富士根さんの想いを聞かせていただけますか。

(富士根氏) 実は、来年の9月までに引っ越しをしなくちゃいけないくて、自宅の取壊しなんですけれど。なので、来年の9月には退去というお話を大家さんからいただいています。でも、この環境が良すぎて離れられない、同じ地域から。

だから、今の住んでいるところで住みたいんですけど、それなりに家賃が上がってきているので、今。それが少し悩みどころで。でも、皆さん、周りにいい人が多いので、なるべく離れたくないとは思っています。

できれば、何か安いところ、誰か紹介してくれないかなみたいに思っていたりして。今、いつもネットで、不動産屋さんに行けないので、不動産情報サイトを見て、この部屋いいんじゃない？あれ、洗濯機置場は室内じゃないや、駄目だみたいな感じで調べたりして。今、そういう新しい部屋探しかでやっているんですけど、やっぱり今のところから離れないで生活できていけばいいなと思っています。

すみません、何かとんちんかんな話になっちゃって。すみません。

(石渡会長) いえ、ありがとうございます。

さっきの褥瘡で入院という話も、引っ越しをしなくてはならないという話なども、思いがけないことっていろいろ起こってくるのが、また地域の生活なのかなと、今、お話を聞いていて思ったのですが。

今のこの場所でという富士根さんの想いを受けて、中村さんは何かやれることとか、働きかけられることとか、何かお考えがあったら。

(中村氏) 思いがけない出来事というのは、基本的には外からの何か、お引っ越しもそうですけれども、別に本当はそこにいたいわけなので、いられるならそれがみんなにとって一番なのですが、でも引っ越さなきゃいけないとか、さっきの入院のこともそうですし、退院後の生活もそうですし。

お身体の状態が変わっていくということがある中で、どう環境を整えていくのかという、でも、最終的というか一番のところは、地域で暮らし続けたいというところかなと思いがら。

そう考えたときに、直近のところでは、もしかしたら富士根さんの意に沿わないこともご提案しなきゃいけないときもあったなと思いますし、これからもあるかもしれないけど、ただその地域で暮らしたいというところに寄り添っていきななと思っています。

そのためには、さっき訪問の頻度の話はありましたけど、こういう関係をつくっていきながら、私だけじゃなくて、関わるチームの仲間と必ず話し合いながら、どうしてこちらがそういう話をするのかということをやさしく伝えていって、一緒に考えていくということができたらいいなと思っています。

(石渡会長) ありがとうございます。

富士根さんの今の暮らしぶりをお聞きして、相談支援専門員とか、サービスを提供してくれる事業所の方だけじゃなくて、地域のいろいろな人たちがしっかり富士根さんの暮らしを見つめてくれていて。

そういう人たちがうまく中村さんたちが動かしてくださっている、地域力のようなものを高橋さんのお話からもとても感じるんですけども。

それでは、時間も限られているので、今、福岡さん、お二人のお話とかをお聞きになって、福岡さん自身も長野でいろんな実践を重ねていらっしゃると思うので、そういうところから、

相談支援とか、地域や自立支援協議会に期待することとか。

(福岡氏) 今日、私、お話を聞いていて、今日は私、東京都に呼んでもらった長野の田舎の人間。ひとつ、福岡さんって人がいるから聞いてみようじゃないかと来てくださった方も多いかもしれない。

今日、お二人の話を聞いて、例えば富士根さんだと、ある落語家が突っ込んじゃ駄目で、のぞかせるんだというようなことを言っていて。富士根さんの肉声のほうを受けてるなと思って少しショック。

だから、のぞかせる力とか、高橋さんはもう、もろ空気をつかむものね。だから、少し悔しい。これが本当の感想です。

これってライブでしょう。だからこの時間帯、自分だって寝られるの嫌だし、ああ、つまんなかったというのは嫌だから。だけど、やっぱり少し悔しかったなという。

でも、そのお二人のパーソナリティーそのものがきつと、お仲間とか地域で欲しがっているんだと思うから、だから必要とされちゃっているなと思って。そんなふうにしかな聞いてなかったです。

私は相談支援、今日お二人ペアで出られているでしょう。そうすると、藤井さんは相談支援専門員じゃないにしても、近い方でいらっしゃる。お二人そうだよ。そうすると、どうしてもこういとき、ご本人さんと相談支援専門員の関係性みたいなを見ちゃうんだよね、どうしても。

人間って、人にコントロールされるの嫌だよ。操作されるのが嫌だ。相談支援専門員とか、そこにボタンを押した事業所なのか関係者か知らないけど、馴染んでてもらいたい。何ていうのかな、落ち着いていてもらいたい。

この状態でいてもらいたいと、もし思えばコントロールするよ。そうすると、恐らくそのバーターというか交換条件として喜ばせるんだよ、何買いたいとか、どこ行きたいとか、何食べたいとかというので。

そうっちゃうと、相談支援専門員とご本人さんの関係って、私はバーターとして、この生活に甘んじてるから、何買ってくれんのかのみに見えるんだよね、こっちを。そうすると伴走者じゃないよね。となってくると、お二人のそれぞれのパートナーを見ていると、人生の伴走者なんだわね。

じゃあ、なぜ伴走者でいられるかという、少し生意気なことを、かっこつけてしゃべっちゃっていますが、やっぱり人間って内発性がないと生きていけない。ただ食べて寝るだけじゃ生きていけない。

その内発性を相談支援専門員が、ちゃんと肝をつかんで見てくれているかどうかというのは、伴走者として大事で。内発性は何かとなったら、やっぱり人に必要とされてる場を持つてるからだよ。

お二人は、存在として必要とされている場所をいっぱい持ちちゃってて羨ましいけど、チャレンジしているかどうかだよ。チャレンジした中で、小さなやった、できたの積み重ね。

でも、富士根さんって聞いたら、もう1分1秒チャレンジっぽいよね、と思った。簿記2級どうこうよりも、もうチャレンジ。そのチャレンジの目を、お一人さまの老後ということか。変なことを言っちゃったね。でも、そういう意味ではチャレンジで、その伴走者だ。

高橋さんは、もうこれからの人生、全部何か楽しいチャレンジをしているみたいで。その中で、だから何してくれんのかと言って、あなた任せでこっちを相談支援専門員を見ない、という感じでしょう。だから、コントロールするなんて思っちゃいないと。

恐らくこうやってね、相談支援専門員という伴走者を持つと、お互い感応し合うんだよね。何ていうのかな、触発し合うというか。パートナーでいてもらいたいと思うわけだ。

そうすると、相談支援専門員とご本人さんってパートナーとしてね、感応し合って、刺激し合って、いちゃいちゃしちやいけないけどね。また失敗しちやったね。やっちまった。ちょっと失敗しちやったけど、でも、そういうふうにやり合っていく中で、お互い感応し合って、チャレンジとそういうね。

それを探り合って、伴走者としては、皆さん、今日いらっしゃっている方たち、いらっしゃったら、そういう伴走者が人生にいと、これなかなか味わい深いなと思っていただけるとうれしいですよ。そういう中で、今日は四人の話を何となく聞いていました。

今日、自分、少しショックですが、そんな感じかな。

(石渡会長) 福岡さん、ありがとうございました。

福岡さんの悔しいという率直な思いを含めて、でもそんなふうには富士根さんのお話を受け止められる感応性、繊細さのようなものがあるところが、相談支援専門員としてとても大事なのかなと感じました。

福岡さんのお話に関して、相談支援専門員として藤井さん、中村さん、何か反論することとかがあれば、一言ずつでも。どうぞ、中村さん、何かありますか。今の福岡さんの相談支援専門員の役割について、何か一言あれば。

藤井さんもよろしければ。

(藤井氏) 福岡さんに物申せということじゃないですよ。

いや、でも本当にそうだと思うんです。関係性、とても大事だと思うんですよ。私、今回、相談支援専門員さんとしていらしていただいて、私は逆にそうじゃない立ち位置でここに来ていて。

立場が違うので、それぞれまたそれはそれでいいところかなと少し思いましたけれども、高橋さんの相談支援に関わってみたいと実は思ったりもします。すごく高橋さんと関わっていいなと思ったりですね、そういうふうにも思いますので。

なので、そういうふうに関わってもらえているということが大事なんだろうなというふうに思いました。

(中村氏) そうですね、どうしても仕事が、人と関わるのが仕事なので、日頃からの自分が、私自身がどういうふうに関係を結ぶのかというのが、よく仕事にも表れてしまうなと思いつながら仕事をしています。

そういう中で、今日いただいた最初の講義のお話もそうですし、今日、富士根さんや高橋さんからいただいたことをもう一回振り返りながら、関係づくりというものを考えていきたいなと思いました。

(石渡会長) 中村さん、藤井さん、無理をお願いしてしまいましたが、ありがとうございました。

今、四人の方の話、福岡さんのコメントも含めて、障害がある人が地域で暮らしているというのは、地域の人たちを変えていくことになるなというのをつくづく思いました。

そして、そういうふうに関係がある方について、その暮らしを支えようというようところが、まさに認知症の方とか、今、いろんなヘイトスピーチなんかも多い外国籍の人とか、多様な人が地域で暮らす、インクルージョンというようところに向かっていけるのかなと改めて感じた次第です。

そのときに、障害がある方が地域で暮らすことの役割を発信していくというようなことが、相談支援専門員の役割として大きいかなと思いました。

それは、この支援員とか、私たち福祉関係者が地域の暮らしを見つめている中で変わっていく。そして、保護者や地域の人たちも変わっていく。これをエンパワーメント連鎖だとか、正のスパイラルだとか、そういう言い方をしている実践者の方が増えてきていて、そういうことにつながっているなと思います。

そういう中で出てきた地域課題に、自立支援協議会がどれだけ地域の人を巻き込んで変えていけるかというようなところが、これからの課題かなとも思いますし、相談支援員の役割として、想いを受け止める、どういう望みを持っているのかというようなところをしっかりと受け止めることがとても大事だということを、四人の方のお話、それから福岡さんの基調講演やコメンテーターとしてのお話も聞いて、つくづく思った次第です。

私たちは障害がある当事者の方と一緒に、声を上げていくというような役割を、自立支援協議会としても果たさなくてはいけないのかなと感じました。

本当に素晴らしいお話をしてくださった四人のパネリストの方、それから福岡さんに、皆さんもう一度盛大な拍手をお願いいたします。

(拍手)